

薬物依存症とは？

薬物依存症は、覚醒剤やシンナーなど依存性のある薬物を
使い続けることにより、これらの薬物への欲求が病的に強くなり、
意志の力でコントロールできなくなった状態です。
市販薬や処方薬（向精神薬）も、使い方を誤ると
依存症になる危険性があります。

健康を害したり、家庭の不和、仕事のミス、逮捕など
重大な問題を起こしたりしているにもかかわらず、
薬物を使い続ける場合は、依存症という病気が疑われます。

まずは、お気軽にご相談ください。

県内の相談機関 【依存症に関する情報／問い合わせ先】

山口県精神保健福祉センター ☎0835-27-3480

URL <http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/mhc/index.html>

心の健康全般に関する相談

精神保健福祉センター	(心の健康電話相談)	☎0835-27-3388
岩国健康福祉センター	(直通)	☎0827-29-1525
柳井健康福祉センター	(代表)	☎0820-22-3631
周南健康福祉センター	(直通)	☎0834-33-6424
山口健康福祉センター	(直通)	☎083-934-2532
山口健康福祉センター防府支所	(代表)	☎0835-22-3740
宇部健康福祉センター	(代表)	☎0836-31-3200
長門健康福祉センター	(代表)	☎0837-22-2811
萩健康福祉センター	(直通)	☎0838-25-2667
下関市立下関保健所	(保健予防課保健係)	☎083-231-1419

(健康福祉センター担当：精神・難病班)

地域の
相談機関等

機関名 ()
電話 ()
担当 ()

2012年作成

薬物の問題で お困りの方へ

家族だけで
悩まずに相談して
みませんか

家族の小さな一歩が
回復への糸口になります。

山口県

家族はどうしたらいいの？

薬物が原因で、健康を害したり、家庭の不和や仕事のミスなどの問題が起こっていませんか？

家族は、本人が薬物によって起こす様々な問題に巻き込まれてしまいがちです。家族だけで悩まずに、まずは相談してみましょう。

ステップ 1 家族の理解と適切な対応が回復への第一歩

つながる

～家族の相談～

誰にも相談できずに、問題を家族だけで抱え込んでいませんか？
まず、家族が相談機関に相談し、一緒に対応の方法を考えていきましょう。

※県内には、家族相談を行っている専門医療機関があります。

知る

～学習・家族教室～

県内では、精神保健福祉センターが家族教室を実施しており、薬物依存症についての理解を深めるとともに、具体的な対応方法について学ぶことができます。また、本やインターネット等の情報も参考になりますが、自分の場合にどう当てはまるのか、相談で検討しましょう。

支えあう

～家族の会(自助グループ)やダルク～

同じ悩みを持つ家族の会があります。他の家族の経験を聴いたり、自分が抱えている悩みを話したりすることができます。家族が互いに励ましあい、支えあい、元気になるための会です。

※自助グループやダルクについては右ページの「もっと知りたい!!Q&A」参照

相談先、家族教室、家族の会については、精神保健福祉センターや健康福祉センターへお問い合わせ下さい。

◆ 家族や周囲の人がやってしまいがちなこと ◆

◆ 薬が原因で起こした問題を本人に代わって後始末する

→依存症を助長してしまいます

◆ 薬物を使用していないかチェックする、本人の行動を監視する

→本人に振り回されて、疲れてしまいます

◆ 「意志が弱い」と本人を責める

→本人の反発を招いてしまいます

有効な対応方法を、相談しながら少しずつ学んでいきましょう。

回復に向けて

～焦らず、ゆっくり、一歩ずつ～
本人の回復の場があります。

ステップ 2 治療や回復施設(ダルク)へつなぐ

家族や周囲の人が、適切にかかわることで、本人との会話を修復しましょう。家族が相談を続けながら、タイミングを見計らって、治療や回復施設(ダルク)を勧めましょう。ただし、最初に解毒治療(※)が必要な場合もあります。

※解毒治療とは、体から薬物が抜ける時の離脱症状(禁断症状)や、併発した精神症状、身体合併症の治療を行うことです。

ステップ 3 脱薬物～治療や回復施設、自助グループ

治療や回復施設(ダルク)への入所、通所、自助グループ(NA)への参加などにより、薬物を使わない生活を続けることが当面の最優先課題です。しばらくは薬物を断つことに専念します。

ステップ 4 真の回復に向けて

薬物を使わない生活が安定してきたら、薬物以外の課題にも着手します。特に家族との人間関係を修復していくことはとても大切です。さらに、薬物に頼らざるを得なかった自分の生き方を見つめ、変えていきます。社会参加への準備が必要な場合には、段階的に進めていきます。

もっと知りたい!! Q&A

Q. 回復施設(ダルク)って何？

A. 民間の薬物依存症リハビリ施設で、入所と通所があります。ダルクは、ドラッグ・アクション・リハビリテーション・センターの略です。スタッフの多くは薬物依存症本人です。ダルクの目的は、薬物を止めたい仲間の手助けをすることです。また、家族会を開いているダルクもあります。

Q. 自助グループって何？

A. 自助グループとは、同じ経験をした当事者同士がお互いの経験を語り合い、自分の生き方を見つめ、変えていく場で、当事者により運営されているグループです。県内にも自助グループがあり、NAは本人のみ、ナラノン(家族のみ)の会です。